

Mezinárodní den zdraví v agendách MŠMT

7.4.2025 - | Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR

„Tato témata se mladých lidí dotýkají velmi silně, a podpora jejich fyzického a duševního zdraví tak představuje jeden z velmi důležitých úkolů pro český vzdělávací systém. Role školy a školního prostředí, kde mladí lidé po mnoho let tráví značnou část dne a získávají také významné návyky pro další život, je pro podporu řešení těchto témat zcela zásadní,“ říká ministr školství, mládeže a tělovýchovy Mikuláš Bek.

Podpora pohybu

Trend životního stylu v posledních letech ukazuje na významný pokles přirozených pohybových aktivit a s tím související významný nárůst zdravotních obtíží a nemocí spojených s nedostatkem pohybu, jakými jsou např. obezita, diabetes 2. typu, vysoký krevní tlak nebo bolesti zad. Novela zákona o podpoře sportu z roku 2023 definovala nově i problematiku školního a vysokoškolského sportu a uložila ministerstvu tento sport podporovat a vytvářet podmínky pro jeho rozvoj. Za tímto účelem pak mělo MŠMT vypracovat plán státní politiky školního a vysokoškolského sportu. *„Oblast školního a vysokoškolského sportu ovšem vnímáme jako součást širšího konceptu opatření, aktivit a činností, které ve vzájemné synergii významně zvýší pohybovou aktivitu dětí, žáků a studentů, a současně sníží negativní dopady nedostatečného pohybu na jejich zdraví,“* vysvětluje státní tajemník v MŠMT Ondřej Andrys.

V této souvislosti ministerstvo připravilo první národní koncepční dokument svého druhu s názvem Plán podpory pohybu dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních a státní politiky školního a vysokoškolského sportu pro období 2024–2028, který rozpracovává hlavní teze definované pro tuto oblast již v roce 2023 a který na jaře 2024 schválila vláda ČR. Za aktivity v této oblasti ministerstvo obdrželo ocenění udělené iniciativou Aktivní Česko, mezi jejíž zakladatele patří např. Hospodářská komora ČR, Česká obec sokolská, Svaz obchodu a cestovního ruchu ČR nebo Česká unie sportu a jejímiž odbornými partnery jsou např. Státní zdravotní ústav nebo Česká společnost tělovýchovného lékařství.

První část dokumentu se věnuje podpoře pohybových aktivit ve školách a školských zařízeních a staví na několika základních pilířích:

- **podpora aktivního pohybového režimu žáků během celého dne** (aktivní doprava do/ze školy, aktivní přestávky, pohybové chvilky, otevřená hřiště, kampaň na podporu pohybu),
- **výuka tělesné výchovy** (úprava rámcových vzdělávacích programů*, větší využití disponibilních hodin pro TV, inovace pregraduální přípravy učitelů TV, další vzdělávání pedagogických pracovníků, metodické aktivity a tvorba metodicko-vzdělávacího portálu, extrakurikulární aktivity, větší zapojení aprobovaných učitelů TV do výuky na 1. stupni ZŠ, specifická podpora rozvoje pohybových dovedností dětí v mateřských školách, zdravotní tělesná výchova a pohybové vzdělávání tělesně oslabených mladých lidí apod.), * *V rámci návrhu revidovaného Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání má tělesná výchova jako jediná stanovený pevný počet hodin, a to od 1. do 9. ročníku v minimálním rozsahu 2 hodiny týdně,*
- **pohybové a sportovní aktivity v zájmovém vzdělávání** (školní družiny, školní kluby, střediska volného času),
- **rozvoj sportovní infrastruktury** (obnova a rozvoj školní infrastruktury a vysokoškolských sportovních areálů),
- **evaluace podpory pohybových aktivit** (monitoring pohybových aktivit dětí a mládeže, evaluace

podmínek pro aktivní pohybový režim ve školách a školských zařízeních, evaluace pohybové gramotnosti).

Druhá část dokumentu se explicitně věnuje oblasti školního a vysokoškolského sportu:

- **školní sport** (školní sportovní soutěže, příprava sportovně talentovaných žáků),
- **vysokoškolský sport** (podpora pohybových aktivit na vysokých školách, podpora duální kariéry sportovců).

Při podpoře naplňování a realizace národního plánu podpory pohybu ministerstvo úzce spolupracuje s Českou školní inspekcí. Na počátku školního roku 2024/2025 byla představena komplexní sada nástrojů pro podporu pohybových aktivit dětí, žáků a studentů, tedy soubor konkrétních aktivit a opatření, které mají značný potenciál významně zvýšit pohybovou aktivitu mladých lidí, a tím podpořit jak jejich fyzické zdraví, kondici a zdatnost, tak i zdraví duševní, a také pozitivně stimulovat kognitivní funkce. *„Zásadním metodickým dokumentem, který je plně v souladu s národní koncepcí podpory pohybu, je koncept Aktivní školy, který představuje konkrétní didaktickou inspiraci pro realizaci pohybových aktivit s tím, že tyto aktivity je možné realizovat prakticky ihned a bez potřeby dalších zdrojů, a to v rámci celého počátečního vzdělávání,“* připomíná ústřední školní inspektor Tomáš Zatloukal.

Vedle toho pak Česká školní inspekce vytvořila také sadu nástrojů pro autoevaluaci, podrobnou mapu aktivit školy zohledňující i činnosti v oblasti podpory pohybu, příklady inspirativní praxe a také aplikaci InspIS FITPA, v níž mohou školy pohybové aktivity sledovat a vyhodnocovat tělesnou zdatnost (veškeré informace jsou k dispozici na metodickém portálu Kvalitní škola). Rozvoj pohybové gramotnosti a změny v pojetí tělesné výchovy jsou ukotveny také v revidovaném Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání, zejména v rámci vzdělávací oblasti *Člověk, zdraví a bezpečí*.

Ministerstvo v uplynulém období podporovalo také nejrůznější iniciativy, jako např. projekty Pěšky do školy nebo Stezka Českem pro školy či celostátní kampaň na podporu pohybu s názvem Aktivní září. Na dalších aktivitách v rámci podpory škol, jako je např. tvorba metodiky pro zařazování žáků do hodin tělesné výchovy s cílem snížit vysoké podíly žáků, kteří jsou z hodin tělesné výchovy omlouváni, ministerstvo pracuje a budou průběžně představovány.

Podpora duševního zdraví

Po rozsáhlých meziresortních aktivitách realizovaných v posledních dvou letech ministerstvo připravilo a zveřejnilo ucelený soubor cílených opatření v oblasti systémové podpory dětského duševního zdraví. Tato opatření se dotýkají např.

- **implementace podpůrných pedagogických pozic** (školní psycholog, školní speciální pedagog, sociální pedagog) a **nastavení** systémových **pravidel** pro jejich fungování a **financování**,
- **navýšení kapacit studijních programů** psychologie a speciální pedagogiky,
- **přípravy standardu školního poradenského pracoviště**,
- **excelence metodických doporučení k primární prevenci**,
- **monitoringu rizikového chování** ve školách,
- **podpory nespecifické primární prevence**,
- **posílení institutu třídnických hodin**,
- **zakotvení osobnostně-sociální výchovy a podpory well-beingu** v revidovaném Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání,
- **redesignu služeb** středisek výchovné péče nebo
- **rozšíření mobilních multidisciplinárních týmů dětského duševního zdraví**.

Některá opatření jsou v realizaci již nyní, s dalšími se počítá v časovém horizontu do roku 2027.

V roce 2024 byla vládou ČR schválena novela školského zákona ukotvující podpůrné pedagogické pozice v základních školách nad 180 žáků. Do pilotního ověřování byl uveden revidovaný Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání obsahující průřezové téma *Péče o sebe a druhé*, jehož cílem je podpořit znalosti, dovednosti a postoje ve všech dimenzích well-beingu. Aktualizována byla metodická doporučení k primární prevenci, zahájeny byly práce na revizi standardu specializačního studia pro školní metodiky prevence s cílem začlenění podpory duševního zdraví, školního well-beingu a krizové intervence. Střediska výchovné péče měla možnost posílit prorodinné služby a absolvovat výcvik v programu TripleP. „Ministerstvo na řešení a implementaci těchto témat spolupracuje s širokou skupinou různých aktérů, včetně zmocněnkyně vlády pro lidská práva, Národního ústavu duševního zdraví, zástupců akademické sféry, dalších ministerstev nebo nevládních organizací a iniciativ,“ komentuje náměstek ministra Jiří Nantl.

Finance ze šablon

K dispozici je také finanční podpora pro rozvoj pohybových aktivit a řešení témat spojených s duševním zdravím, a to zejména prostřednictvím tzv. šablon z Operačního programu Jan Amos Komenský. Ministerstvo ve spolupráci s Českou školní inspekcí vytipovalo několik klíčových oblastí, ve kterých školy potřebují podporu a na které mohou zároveň čerpat finanční prostředky ze šablon. Problematika pohybových aktivit i duševního zdraví je mezi nimi. Pro inspiraci škol byl zveřejněn i samostatný metodický dokument s názvem Klíče k rozvoji školy.

Podpora zdravého stravování a výživy

Důležitou součástí celkového zdraví je také oblast výživy a stravování, přičemž MŠMT se dlouhodobě podílí na různých aktivitách, které další zvyšování kvality systému školního stravování podporují. Školní stravování hraje ve výživě a celkovém zdraví dětí, žáků a studentů důležitou roli a zajišťuje, že mladí lidé dostávají během školního dne vyváženou a nutričně bohatou stravu, což je důležité pro jejich zdravý vývoj. Kromě toho školní jídelny pomáhají formovat zdravé stravovací návyky, které mohou mít dlouhodobý pozitivní vliv na jejich zdraví. V České republice má školní stravování dlouhou tradici a je dostupné pro všechny děti a žáky, kteří o tuto školskou službu projeví zájem.

„Ve spolupráci se Státním zdravotním ústavem došlo k aktualizaci metodiky pro podporu dietního stravování ve školách a připravili jsme také návrh novely vyhlášky o školním stravování, kde velmi významnou část představuje úprava tzv. spotřebních košů (nutričních hodnot) tak, aby skladba jídelníčků reflektovala doporučení odborníků v oblasti zdravého stravování,“ vysvětluje vrchní ředitel sekce vzdělávání a mládeže Jan Mareš a dodává, že ověření aplikovatelnosti těchto košů ve školním stravování bylo realizováno na vybraném vzorku školních jídelen. S rostoucím počtem dvouletých dětí v mateřských školách se pak budou normy zavádět také pro tyto děti.

Školní stravování má rovněž silný edukativní smysl, přispívá k výchově dětí a mladých lidí ke správnému společenskému chování při jídle a seznamuje je s různými druhy pokrmů. Školní stravování je úzce propojeno s rámcovými vzdělávacími programy. Například u základního vzdělávání budou v rámci vzdělávacích oblastí *Člověk a jeho svět* a *Člověk a jeho zdraví* žáci vedeni k tomu, aby dokázali navrhnout jídelníček pro celodenní stravování a hodnotit ho z pohledu výživy (1. stupeň) a aby dokázali sestavit dlouhodobý jídelníček na základě výživových doporučení s přihlédnutím k věku (2. stupeň).

Den zdraví na MŠMT

Vedle aktivit orientovaných směrem ke školám a školským zařízením nezapomíná MŠMT v oblasti

podpory zdraví ani na své vlastní zaměstnance. V loňském roce se tak uskutečnil první ročník společného projektu MŠMT a Ministerstva zdravotnictví, jehož smyslem bylo podpořit zdravotní prevenci u státních úředníků, upozornit na důležitost pravidelných zdravotních prohlídek a také podpořit pozitivní pracovní prostředí. Program byl přitom orientován jak na zdraví fyzické, tak na to duševní.

<https://msmt.gov.cz/ministerstvo/novinar/mezinarodni-den-zdravi-v-agendach-msmt>